

图书基本信息

书名：<<中医药消除运动疲劳方法、手段及机理的研究>>

13位ISBN编号：9787564404550

10位ISBN编号：7564404558

出版时间：2010-6

出版时间：北京体育大学出版社

作者：常波

页数：273

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## 前言

有关运动性疲劳产生的机理及对它如何进行有效预防-防和消除的研究，一直是运动医学工作者瞩目的前沿课题。

运动性疲劳时出现的机体变化较为复杂，涉及物质代谢、神经、内分泌、免疫及心理等各个方面。

剧烈运动运动时机体消耗大量能源物质，激素在调节机体代谢状态时起着非常重要的作用。

以皮质醇为代表的促进脂肪和蛋白质分解的激素，和以睾酮为代表的促进核酸和蛋白质合成的激素在自身机体调节下，保持着动态平衡状态。

大量研究表明，长时间大强度训练、过度训练将打破这一动态平衡，引起运动性低睾酮和运动性高皮质醇血症，使机体运动后分解代谢加强，合成代谢减弱，而影响机体运动后的恢复，这一现象引起广大科研人员的高度重视，对其机理进行了深入的研究。

研究中发现，运动性低血睾酮与下丘脑-垂体-性腺轴的功能有密切的关系，运动性高皮质醇血症与下丘脑-垂体-肾上腺轴的功能密切相关，但其机理尚未完全明了，尚处于探索阶段。

运动状态下，两个轴的不同环节有关基因表达的研究，国内外报道较少。

## 内容概要

本书采用先进的放免技术和PCR技术对长时长时运动量训练引起的下丘脑、垂体、性腺(肾上腺)和骨骼的代谢变化, 以及其相互关系进行较为系统的研究。

全书共分9个部分, 主要对中医药消除运动疲劳方法手段及机理进行研究, 具体内容包括中药复方不同的调理方式对长时间递增负荷训练大鼠物质代谢某些指标及骨骼肌AR基因表达的影响、中药复方不同的调理方式对长时间递增负荷训练大鼠HPGA及其调节的影响、中药复方不同的调理方式对长时间递增负荷训练大鼠HPAA及糖皮质激素受体的影响、辽东椴木根皮醇提取物和人参茎叶总皂苷对过度训练大鼠心肌线粒体氧化应激与功能损伤预防作用的影响、辽东椴木根皮醇提取物和人参茎叶总皂苷对过度训练大鼠肾脏脂质过氧化和肾功能的影响等。

该书可供各大专院校作为教材使用, 也可供从事相关工作的人员作为参考用书使用。

## 作者简介

常波，1964年1月生，华东师范大学运动人体科学专业博士。  
2008年结束研究于沈阳药科大学药理学博士后流动站出站。  
现为沈阳体育学院运动生理生化教研室教授、硕士生导师，兼任沈阳体育学院学报编辑部主任。

主持和参与备战第19届、20届、21届三届冬奥会的国家队“自由式滑雪空中技巧”和“单板U型槽”项目参赛科技攻关和科技服务，获国家体育总局科技攻关和科技服务二等奖和三等奖各一项。

针对运动训练中运动疲劳发生机理及中医药消除运动疲劳恢复手段进行了大量研究，主持省、部级课题3项。

从事针对肥胖、糖尿病等发生的机理及运动干预的研究，取得了大量的研究成果，主持国家社会科学基金1项，合作主持国家自然科学基金1项，参与国家自然科学基金1项。  
参与该方面省、部级课题4项。

发表学术论文40余篇，主编和参编研究生及本科生教材7部。

## 书籍目录

第一编 中药不同调理方式对训练大鼠单胺类递质、HPGA、HPAA和物质代谢的影响 摘要 关键词中英文对照 第一部分 运动、中药对HPAA和HPGA的影响综述 1 下丘脑—垂体—肾上腺轴 2 下丘脑—垂体—性腺(睾丸)轴 3 中医药与运动性疲劳 综述参考文献 第二部分 中药复方不同的调理方式对长时间递增负荷训练大鼠物质代谢某些指标及骨骼肌AR基因表达的影响 1 引言 2 材料与方法 3 结果 4 讨论 5 小结 第三部分 中药复方不同的调理方式对长时间递增负荷训练大鼠HPGA及其调节的影响 1 引言 2 材料与方法 3 结果 4 讨论 5 小结 第四部分 中药复方不同的调理方式对长时间递增负荷训练大鼠HPAA及糖皮质激素受体的影响 1 引言 2 材料与方法 3 结果 4 讨论 5 小结 第五部分 中药复方不同的调理方式对长时间递增负荷训练大鼠脑组织单胺类递质的影响 1 引言 2 材料与方法 3 结果 4 讨论 5 小结 实验部分参考文献

第二编 辽东椴木根皮醇提取物和人参茎叶总皂苷对过度训练大鼠机体组织代谢和调节的实验研究 摘要 关键词中英文对照 第一部分 辽东椴木根皮醇提取物和人参茎叶总皂苷对过度训练大鼠心肌线粒体氧化应激与功能损伤预防作用的影响 1 引言 2 材料与方法 3 结果 4 分析和讨论 5 结论与建议 6 参考文献 第二部分 辽东椴木根皮醇提取物和人参茎叶总皂苷对过度训练大鼠血液脂质过氧化和淋巴细胞DNA损伤的影响 1 引言 2 材料与方法 3 结果 4 分析和讨论 5 结论 6 参考文献 第三部分 辽东椴木根皮醇提取物和人参茎叶总皂苷对过度训练大鼠肾脏脂质过氧化和肾功能的影响 1 引言 2 材料与方法 3 结果 4 分析和讨论 5 结论 6 参考文献 第四部分 辽东椴木根皮醇提取物和人参茎叶总皂苷对过度训练大鼠海马MR, GR蛋白表达, BDGF和NGF mRNA表达和下丘脑CRF, GnRH mRNA表达的影响 1 引言 2 材料与方法 3 统计学处理 4 实验结果 5 讨论 6 结论 7 参考文献后记

## 章节摘录

插图：任何运动项目，尽管运动项目特点不同，但就其疲劳的本质是相同的，必耗其精血、津液，必劳其形体和脏腑神志，只是不同的项目群其劳伤的主次、部位和耗其精血多少有所不同罢了。

不同项目的运动，在不同的训练时期或比赛期间，因其运动性质和内容有所不同，而发生的疲劳症候则不同。

例如，以力量内容为主的训练，则肌肉及关节筋腱形体易于（疲）劳伤，而精血、津液耗损不是很大；以速度为主的训练，则精血、津液耗损较大，肌肉、筋腱易劳伤，脏腑及神志有损及；而以速度耐力为主的训练，则筋骨关节易劳伤，精血、津液耗损很大，则脏腑、神志劳伤也很大。

球类的专项素质训练和跳跃为主的训练，则易筋骨关节劳伤。

无论是球类、田径、游泳等项目，只要是耗损精血、津液很多的练习，都易劳伤其脏腑和神志。

在比赛期间，则多易神志劳伤和脏腑功能失调。

其他非以力量、速度、耐力为主的项目，则多为神志劳及筋骨肉劳伤。

水上项目还有长期接触冷水的特点，故具有劳伤兼风寒湿痹阻经络的特点。

而筋骨肉劳伤的部位，则因不同项目特点而不异。

中医将运动疲劳分型为三大类：即形体（疲）劳、神志（疲）劳和脏腑（疲）劳。

形体疲劳：主要指肌肉、筋、骨、与关节的疲劳，主要表现为肌肉酸困疼痛，筋骨关节疼痛等症状；

脏腑疲劳：主要指受累的脏腑功能失调或下降，主要表现为脾胃功能失调，肝胃不和，脾阳虚弱（不旺）、肾气（肾阴和肾阳）不足，月经不调等症候；神志疲劳：主要指精神和情志内伤，主要表现为虚烦不眠，精神不振，困倦厌训等运动性失眠症候。

过度疲劳与运动生疲劳，两者在发生机理上基本相同，其本质都为内伤不足之虚症，但两者在功能、结构变化上有根本的量和质的不同。

过度疲劳属于内伤虚劳病，为病理性，有器质性改变，故出现的机能下降、精血能量不足，结构改变等症候是长期的，超过人体正常生理调节范围，需要医治、调养才有可能康复。

而运动性疲劳是一症候，与内伤虚劳的发生密切相关，与脾、肾也密切相关。

其本质是脏腑功能下降或失调和津血不足，属于一种内伤虚劳、属生理性，功能性，不是病态，是暂时性的，可自行或通过调养很容易恢复。

## 后记

时光飞逝，转眼问博士后出站已经两个年头，多年寒窗，尽管身心疲惫，但在老师的辛勤培养和同学的热情帮助下，自己改善了知识结构、开阔了视野，提高了研究能力。

本书是在我的博士论文和博士后出站报告上，经过进一步的修改加以完成。

在此，首先要感谢我的博士导师许豪文教授和博士后合作导师吴春福教授，正是在他们的悉心关怀和指导下，在他们的人格魅力和严谨治学态度影响下，使我对科学研究的内涵有了更深刻的理解，对科研工作者的使命和责任有了更深刻的认识。

我无法用言语表达我对他们的感激之情，更无法回报他们的培育之恩，此时此刻，我只能用最简洁的语言表达我对您最深厚的感情，“谢谢老师”！

另外，在我的求学过程中，还得到了丁树哲老师、季浏老师、杨静玉老师、贾景明老师和一些师弟、师妹以及我的研究生们的热情帮助，使我越过了一个个学习上的障碍，顺利地完成了学业；在学习过程中得到了沈阳体育学院的领导和老师的关心和理解；在完成博士论文过程中得到华东师范大学陈剑英老师，鲍继华老师，第二军医大学金再兴老师，上海体育学院陈佩杰老师，上海药检所徐卫东老师，上海放免技术研究所张豪一老师，上海中医药大学吴晓俊老师的支持和帮助；在完成博士后出站报告的实验和技术上得到了中国医科大学生化教研室和运动医学教研室老师的大力支持，在此一并表示衷心的感谢！

最后，还要感谢我的妻儿和父母双亲，没有他们的支持，我无法完成学业，是他们的理解、支持和帮助，才使我克服了生活和学业上的艰难险阻，圆满完成了学业。

尽管自己在学业上取得了一些进步，但这只能代表过去，我要把自己的真才实学用在实际工作中，以优异的成绩报答学校、单位和个人对自己的培养和关爱，为我国体育事业的腾飞贡献自己微薄之力。

编辑推荐

《中医药消除运动疲劳方法手段及机理的研究》：中国体育博士后文丛



版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>